Año VIII. — N.o 317.

EL DIA

Montevideo. Febrero 5 de 1939.



Baños en el río Santa Lucía.

R. y J. Caruso

ABUELO TABORDA

Sombríos días vive la Provincia Oriental en ese mes de enero de 1817. Maniatada por Buenos Aires yace Montevideo. Penetra Lecor a nuestro territorio por una faja de tierra que es como un puente cómplice, echado entre la Merín y el mar Atlántico. Tuesta la tierra el sol, y la tropa seca los hilos de agua que serpentean buscando el mar.

Fuerza aguerrida, templada en el molde de Wellington. Es tan terrible la sed, que frente a la Chacarita los caballos reyunos y rabones arrastran al invasor hacia el sur. Los hombres buscan también el frescor del bañado, y algunos, enloquecidos, beben el agua mala. Llegan el 20 a la ciudad. Han pasado como fantasmas por el lomo de la cuchilla, sableando cardales, los hombres del Rey Juan, que desmontan su dorosos en la plaza de Montevideo, entre la Iglesia y el Cabildo. Hunden la cara rojiza en el agua clara de los barriles, que el propio cabildo, en la fulminante transformación que De María llamó "cambio de casaca", ha mandado llenar, mientras sólo Lecor conserva la gravedad bajo el palio que lo cobija o lo ennoblece. Cada invasor es entonces, en ese explicable relajamiento de la disciplina que sigue a la marcha forzada de tantas leguas, algo más que un rostro curtido, una tercerola, y un uniforme. Hay, detrás de todo eso, una temible masculinidad en acecho. Acecho y salto. Así, en innoble y colectivo atropello, hacen los portugueses la siembra bastarda, en el pueblo que se rindió sin pelear.

*

Nace el año 18 con la cosecha dolorosa. La ...oldea es una hoz. Pero en infantes ...nes florecen los zaguanes.

Nos cumplieron así los lusitanos la trágica ofrenda. La muerte en la epidemia. En la canallesca natalidad, la Vida. Zanjas nuevas bastaron en el camposanto a la primera. Para la otra contamos con la mano de Larrañaga. Noble mano patricia, extendida y aprisionando el germen de la Inclusa.

Dentro de ella, leve trompo dormido, el Torno.

*

Con la innoble tropa atiliana, nos llegó un Hombre. — (1).

Hombre menudo, intrascendente. Toda la inquietud interior, asomada a los ojos pardos. Francisco de Andrada Taborda. Simple cirujano militar que tal vez no resista el trasplante. Nosotros sabemos que amó la tierra hollada, describiendo en ella una honrada curva. Encontró al final de ella, una fosa. Y la santidad, a la que no llegan sino los elegidos.

*

Era de Oporto. La casa de piedra de sus mayores, que él abandonó para estudiar en Lisboa, se bañaba en el Duero. Un día del año 16 se embarcó hacia el Brasil, en uno de los tantos barcos de la escuadra portuguesa, ya preparado en la corte lusitana el zarpazo a nuestro país. Fué médico a bordo, como lo había sido en las campañas contra el imperialismo francés.

Joven aún cuando llegó a Montevideo en tren de conquista. Amorosa la primera que obtuvo. De vuelta del Hospital a su hogar, seguía siempre el camino de la calle Guaraní, en una de cuyas casas de ventanal de enorme reja, inició Taborda un previsimo idilio. — (2).



Telésfora Pinazzo - Iyarzábal, esposa del médico portugués



Mortero que trajo Taborda de Europa, y en el que preparaba él mismo, los remedios "para sus pobres".

Era ella una guapa criolla, hija de Lazarda Iyarzábal y de Eulogio Pinazo, sargento mayor de línea, más tarde, por sus servicios en la causa de la Independencia.

Fué médico del Hospital de Caridad, y médico del ejército durante la ocupación portuguesa. Hay noticias de la ocupación, en un libro impreso en Montevideo en la imprenta **da Pérez**. — (3).

Extractamos ésta: "Opiniao das officiales e mais pracas do 1. Regimento de infantaría, relativa a proclamacao de 30 de junio de 1822".

Era la proclamación del Imperio. Sacudido el yugo real de don Juan VI, Brasil utilizaba su independencia para darse un amo de título más sonoro. Lo notable es que se usó un procedimiento democrático, el de la consulta directa al pueblo, para sentar en el trono imperial al hijo de Juan, Pedro I. En Montevideo, el ejército de ocupación plebiscitó el cambio de régimen. Votó Taborda, como cirurgiao mor do 1. reg. de infant. Como él, por el Imperio, votaron los diez cirujanos del ejército extranjero.

Ejerció la medicina en Montevideo, sin licencia, antes y después de la Cisplatina. Recién en 1829, bajo el gobierno de Lavalleja, le reconoce la flamante Junta de Higiene Pública, su título de "Médico cirujano de primer orden".

Diez años más tarde se le amputó el pergamino. Escrita de su puño y letra hemos leído la comunicación de Vilardebó. — (4). —Dice:

"Doctores en Medicina y cirujía: Teodoro M. Vilardebó, Ramón C. Ellauri, Pedro I. Otamendi, y José P. de Oliveira.

Doctores en Medicina: Juan Gutiérrez Moreno, Fermín A. Ferreira, Cayetano Garbisso, Constancio Compignan, Domingo A. Arnould, Francisco García Salazar, Ireneo Portela, Juan J. Correa, Lope Merino, Patricio Ramos, Pedro Candehourat, Jacobo Bond José Previtale, Juan B. Brid, Pedro Orascimbere, y Gabriel Mendoza.

Profesores de cirujía: don Francisco de Andrada Taborda."

Se le reconocía, pues, neta superioridad en su especialización quirúrgica. El gobierno de la Defensa utilizó el año 44 esa especialización, haciéndolo integrar la Comisión que organizó la habilitación de los hospitales militares en la ciudad sitiada.

Todo ésto nos afirma en la idea de que el doctor Taborda fué un distinguido profesional de la vieja Montevideo.

Vasta y escogida fué su clientela particular, habiéndole dado el general Oribe, durante su presidencia, una muestra de su confianza, al nombrarlo médico de su esposa.

Seguía, por otra parte, el movimiento social de la época, habiendo llegado a convertirse en el representante genuino de su país de origen. Recibía en su hogar a todo brasilero de significación que llegaba a estas playas. La gran mesa del viejo hogar montevideano, reunía ya quince hijos junto a la pareja que comenzaba a envejecer. Pronto los extranjeros, procediendo como él, empezaron a llevarse las hijas. Una casó con Otto Bilner, cónsul de Suecia; otra con Santa Anna, oficial de marina brasilero; la última con el español de Soto.

*

Siempre ha sido muy apreciado nuestro clima por los ejércitos brasileros. Un gran esfuerzo de la voluntad les costó toda vez que tuvieron que regresar al sol del trópico. Así, en 1851, en que habiendo llegado tarde para precipitar en algo la caída de Oribe, no se demoraron tanto como para no encontrar el camino de Caseros. Así, después de la caída de Giró. Así, luego de vencido Aguirre, en cuya derrota tuvieran ellos tan activa participación.

La casa de Taborda, en las inmediaciones del Hospital, fué teatro de animadas tertulias en las que predominaba el elemento militar brasilero. Se bailó en sus salones, hasta la **calenda**, que volvía otra vez de París, aclimatada en el Imperio después de su importación de las islas.



El sabio Fraenkel, que en el que fué Asilo de viejos, ha encontrado un hogar. Lo vemos aquí contra un pino de nuestra placita.

El lascivo baile, de ardiente y perverso ritmo, era resucitado por algún oficial, ante los ojos severos o complacientes del Ministro Amaral, del brigadier Pereyra Pintos del coronel Osorio, de los comandantes Carneiro y Concalves Fontes. Fueron los tres últimos, buenos vecinos de la culta Unión del 54, comandando el 7º de infantería, y el 3º y 4º de caballería, destacados en ella.

Pronto vuela la prosperidad de las casas de familia numerosísima. Hacía ya mucho tiempo que había dejado de pertenecer a la Sanidad Militar. En 1862, cuando las arcas del buen médico mostraban el fondo, el Presidente Berro lo nombró médico interno del Asilo de Mendigos de la Unión.

Vivía aún en Montevideo, y venía diariamente al hospital a caballo. Su sueldo alcanzaba apenas a los cincuenta pesos. Era poco, pero se reforzaba la cantidad con una onza. Dicho en honor de la frugalidad de Taborda: la onza estaba destinada a la manutención del caballo. Un mes en esa forma. En marzo se radicó en la Unión, "con lo que cesaba el caballo y empezaba a comer yo, digo, a tener ración, de pan: 4; carne, 1/2 a; vino, 2 cuartas; leña, 8 astillas, todo por día". Comillas dignas de un griego del sur. Son de puño y letra de Taborda, y a ellas se asoma toda la simplicidad de esta alma antigua.

*

No hemos tomado al azar la figura de Taborda, para trazar su semblanza, la primera que hemos escrito de nuestra proyectada galería de viejos médicos de la Unión. La elegimos, valorando su permanente actitud hacia la compasión, para los enfermos desheredados que le tendían la mirada en súplica.

Vivía en sus últimos años, en la calle Real, casi en su encuentro con Larravide. Frente a él, en el número 59, la botica de Guillemet. Muchas veces entraba a ella el anciano, dejaba en la mesa alta, entre los dos frascos de alcohol con víbora el pesado bastón de guindo, y garabateaba una receta. Poco después se llevaba los remedios el harapiento que lo había acompañado, y el boticario, moviendo la cabeza, apuntaba en la cuenta del médico, el precio del remedio. A veces lo reñía: "Usted no tiene derecho, con su enorme familia"... Y Taborda, sonriendo con la misma felicidad con que pudo hacerlo el señor Magdalena cuando arrancó a Fantina de las garras de la Ley, callaba...

*

Pasados los ochenta años, conservaba aún su aptitud para el ensueño este médico que nos llegó como conquistador, y no llegó a ser, en realidad, más que un cruzado.

Salía a menudo camino de la playa, ginete elegante todavía, en su caballo oscuro. Paseo veraniego, cayendo la tarde, cuando al pequeño pueblo lo volvía perezoso el bochorno del día. Subía lentamente la cuesta del Cardal, camino áspero, bordeado en el estío por trigales maduros. Echaba entonces de menos su mocedad. Era cuando su caballo cruzaba la alargada y ancha sombra de una parva, en la que una pareja campesina, a la que febrero soplaba bien hondo en las narinas su polen, sentía hincarse en su carne moza, como un dulce aguijón, el deseo.

Ya estaba él en paz, y desde tiempo, pero no agotaba nunca la tolerancia para las sagradas solicitaciones. Venía de un país de pasiones violentas. Había sido él mismo, rudo, casi salvaje. Ahora era un anciano dulzón y suave, hasta algo cómplice para la escena que se interrumpía con un leve grito, y hacia la cual el buen médico no alzaba las manos sino en una actitud clara de bendición.

Llegaba así al Buceo, sin prisa.

Los médanos conocían su figura, que no causaba ya temor a las aves marinas. La misma roca le servía siempre de asiento. Rodaba a sus pies el ancho fieltro, y el viento empezaba a batir los largos mechones blancos, y la barba en collar. Miraba siempre hacia el Este. Por allí había llegado a estas tierras un día lejanísimo. El en sueño soltaba su amarra, y la noche lo sorprendía, extendiendo sobre la noble cabeza descubierta, su pedrería. De la isla cercana le llegaba rítmicamente un guiño de luz. Si el haz inquieto del faro tomara el Este por el camino salado del mar, podría, siguiéndolo, llegar a Oporto. Había dejado allí su niñez y su juventud. Diera todo el aliento que le restaba, por un minuto real de la visión alejada: el feudo paterno; el internado; una siesta reparadora, no sólo, bajo los castaños de la época del Rey Juan; una novillada entre dos pruebas clínicas.

Y luego la lucha contra el francés. Se embriagaba envuelto en el recuerdo heroico. En España empezó a cavarse la tumba de Napoleón. Para abrirla, Portugal le alargó el pico.

No es la nieve de Rusia ni la llanura de Waterloo. El suelo lusitano es sólo montaña, y la montaña no ofrece caminos. Para echar a los franceses, Portugal no cuenta más que con desfiladeros y gargantas.

Cuenta con algo más. Con Wellington. El camino de Lisboa es el único que pueden tomar los hombres de Francia. A su izquierda, los montes de Caramulo. Del otro lado, los contrafuertes de la Sierra de la Estrella. Massena, enfermo, desea la lucha inmediata, contra la opinión sensata de Ney, al que abofetea la palabra airada del jefe.

Ataca, pues. Es una avalancha, en la madrugada, sobre el sendero del Moira. No llegarán a la Chartreuse. Sobre la cresta asoman los fantasmas ingleses. Es exactamente el 7 de setiembre de 1810. Contra el muro cortado a pico se arrojan, enloquecidos, los regimientos. La metralla inglesa los barre. Hay que echar al precipicio a esos veteranos de Marengo y de Arcole. Para eso están allí las bayonetas de Lecor.

Entre esas bayonetas, no es la más inactiva, la de Taborda. Ha obtenido, el médico combatiente, por esa participación personal en la epopeya, una cruz, una ancha herida, y el derecho a un recuerdo.

*

Su última mirada al agua que lo trajo al Plata, es de febrero de 1866. Ya era noche cerrada cuando montó para el regreso. ¿Estaba más ágil, o lo remozaba el recuerdo de su juventud turbulenta?

Los pocos vecinos que lo vieron pasar de vuelta al pueblo, recordarían después el viaje lento, casi al paso, del magro ginete envuelto en la oscura capa, la algodonada barba como una oscilante claridad sobre las ropas negras.

Cerca de las Tres Esquinas, el caballo, a quien el jinete pensativo había aflojado las riendas, se espantó. Cayó Taborda, y su cuerpo quedó tendido en la tierra del camino aldeano, sangrando. Poco después murió. En una madrugada. En medio del mudo dolor del pueblo. (5).

Por unas horas el cuerpo de Taborda fue velado en su Asilo de viejos. En la sala donde se instaló su capilla, hace en 1939 ciencia pura, otro extranjero, como él como él, viejo y empobrecido. Es el sabio Fraenkel, el famoso descubridor del cuerpo amarillo, que ha venido a ocultar ancianidad venerable en un rincón de nuestro Hospital Pasteur, porque su sangre, su pobre sangre judía, no le permite vivir en la Alemania del Fuehrer...

M. FERDINAND PONTAC.

NOTAS

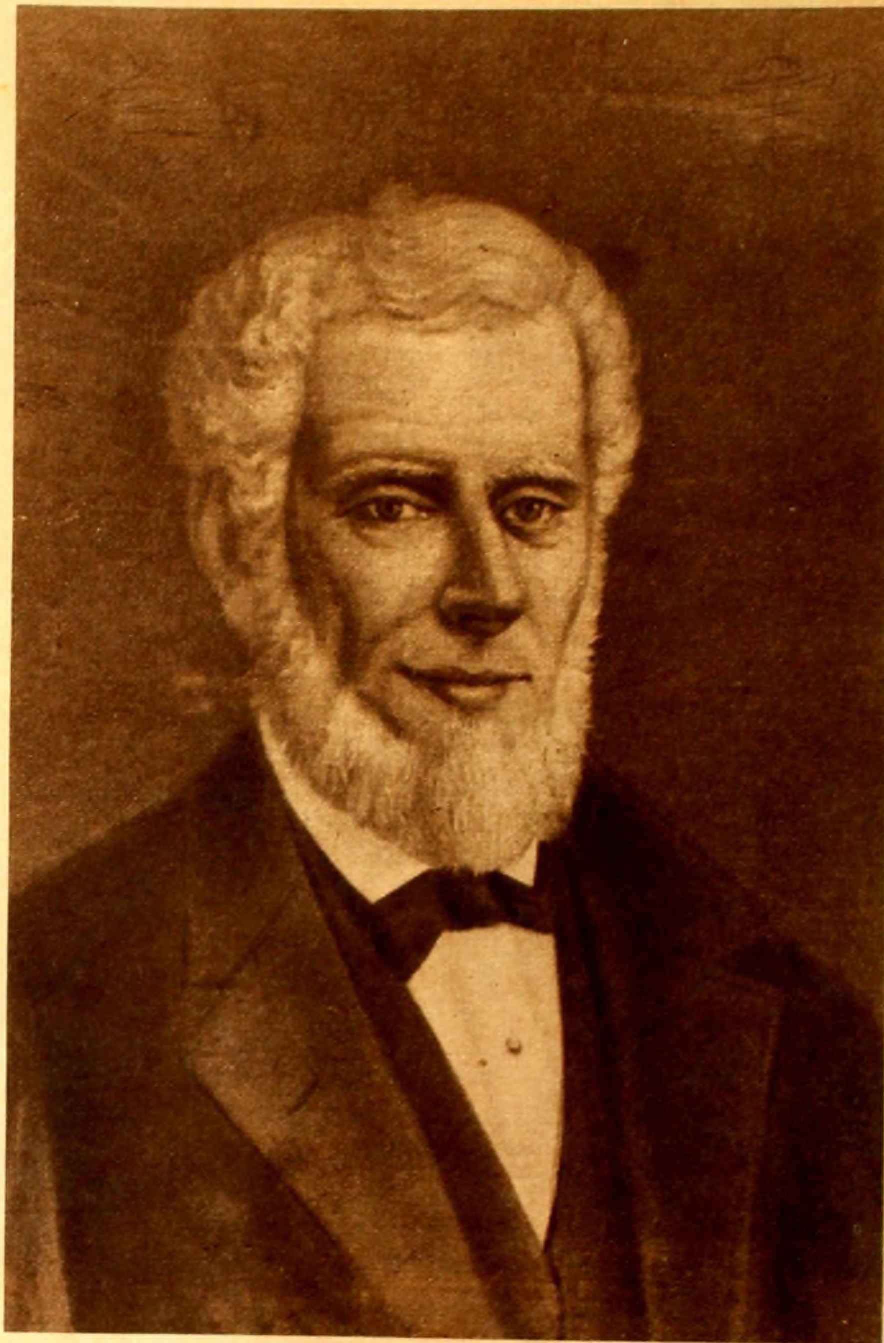
(1) Nos llegaron dos. El otro, Antonio Gomes da Silva, por su casamiento con Petronila de la Sierra, tuvo en 1820, un hijo célebre: Juan Carlos Gómez.

(2) Los jefes portugueses se casaron en Montevideo, en gran número. Lecor dió el ejemplo, pasados ya los sesenta años.

(3) Libro rarísimo, único en Montevideo. Puede verse en los estantes de la Biblioteca Nacional.

(4) Dirigida a don Simeón Aguilar, juez de la 6ª. Paquete "1839" del Juzgado de Maroñas.

(5) Don Augusto Liesack construyó su ataúd, para el que contribuyó con una pequeña cantidad, la Comisión Auxiliar de la Unión.



Dr. Francisco de Andrada Taborda en sus últimos años. Oleo de Parra, conservado en Pocitos, en casa de su nieta, la señora de Dagustini.

Entre en el Asilo de Mendigos en la villa de la Union el dia 1º de Febrº de 1862 ganando 50 pesos y una on-
za para la mantension de el caballo mientras no venia
abitar de dho Pueblo, porq. cesava el Caballo y empesaba
a comer yo digo a tener racion de pan — 4 = Carne 1/2 @
vino 2 cuartas, leña 8 astillas, todo por dia, cuyas em-
pesaron el 1º de Marzo por cuanto yo no vine a vivir has-
ta de dho mes, va por tanto de Marzo, Abril ... de Abril a
Maiyo 2=

Autógrafo de Taborda, jerarquizando a su caballo.

EL TARTAMUDO PEREZ

Para EL DIA

MARCELINO PEREZ, guardia civil de San José, tenía su parada en la esquina del Banco de la República.

Aporreado por treinta años de servicios policiales, derrengado por los plantones, curtido por la intemperie, su figura había perdido el garbo de los años mozos.

El uniforme, ya sin color definido, era excesivamente holgado para él y daba a su silueta contornos melancólicos, como de cosa que todos los días se va hundiendo, cayendo más en el abandono y la miseria.

Sus gestos eran de humildad, sus ademanes faltos de energía. Hasta el sable que colgaba de su cintura parecía adminículo inútil y no arma destinada a imponer la autoridad de que estaba investido. Suponíalo uno herrumboso, corroído por orín pertinaz, gastado como su dueño por las inclemencias del tiempo.

Sin embargo el guardia civil Pérez, el tartamudo Pérez, no era viejo. Quizá no tuviera más de cincuenta años, pero de ellos treinta de vida dura, mordida por los fríos bravos del invierno y los soles ardientes del verano, aguantados a pie firme, **en el servicio.** Unido a ésto el corrosivo de una disciplina brutal aplicada sin atenuantes, las desagradables incidencias de todos los días, el perenne sometimiento a la voluntad ajena tantas veces despótica, habían doblado, vencido al tartamudo Pérez, transformando el altivo y garboso policiano de su mocedad en aquella sombra borrosa que hacía guardia en la esquina del Banco de la República.

No estaba Pérez, a pesar de todo, definitivamente derrotado. De tiempo en tiempo surgía en él un relámpago de fuerza, de virilidad y volvía a aparecer como otro ra fuera, tieso y erguido.

En ocasión de algún desfile o cuando se realizaban rememoraciones patrióticas, el tartamudo Pérez con uniforme de gala coronado de airoso penacho en el kepis, era otro hombre. Retorcido el bigote por arte de las tenazas peluqueriles, saliente el tórax, rítmico el paso y recta la figura, el veterano guardia civil vivía horas de gloria.

Al día siguiente, más cansado aún, con sus habituales ropas desteñidas, lacios los mostachos entrecanos, estaba de nuevo en la esquina con actitud humilde, como si intentara hacerse perdonar su petulante empaque anterior.

La vida lo había hecho manso.

Cicatrices que escondía como malos recuerdos, historias no olvidadas del todo, decían bien a las claras de su férreo temple de varón. Fué él, sí, quien enfrentó a "Tres Dedos"; él quien se batió en duelo singular con Rosendo Peralta y él el compañero del comisario Melo, siempre que desempeñaba éste una misión peligrosa.

Pero ahora las cosas habían cambiado. Envejecido prematuramente en el duro oficio sin un solo ascenso, enfermo, el tartamudo Pérez se guareció en aquella parada céntrica de barrio tranquilo y miraba desde allí con turbios ojos entristecidos el desfile de las horas grises. Caían éstas sin emoción y sin relieve en el fondo de su alma como en el fondo del tiempo.

*

Sólo en las carpetas se encendían sus ojos, había fuego en sus actitudes y parecía detenerse momentáneamente el desfibramiento de su personalidad. Y jugaba. Jugaba ahora en los boliches suburbanos como había jugado antes en las pulperías de campaña. Timbas humildes, bancas pobres, gente astrosa. Haraganes del rancherío de los pueblos, obreros embrutecidos por el alcohol, soldados de los batallones, disputaban con mugriento naipe sus **rialitos**... A la luz incierta de alguna lámpara, en torno a la mesa circular, rodeados de mirones de bolsillo aún más exhausto que los suyos, hacían las apuestas. El monte ponía en ellos su emoción salvaje... Las manos hábiles del tallador dejaban caer espaciadamente las cartas. Densas nubes de tabaco entenebrecían el ambiente y dificultaban la respiración. Y en aquel medio saturado de alcohol, de humo, de miseria y de la angustia bárbara del juego, el tartamudo Pérez estaba a sus anchas...

Era allí tan inofensivo de conducta como peligroso en las alternativas del monte. Ni la bebida ni la pérdida le llevaron jamás a provocar situaciones de violencia. Habitualmetne hablaba poco y embriagado, menos. Monosílabos o alguna muy breve frase lograban arrancarle de tanto en tanto las reiteradas interpelaciones de sus compañeros. Los revueltos ojos mantenían en general una expresión bondadosa y sonreía ante los comentarios ajenos, mostrando los grandes dientes costrosos y amarillos.

Sólo una noche apareció en él, desnuda y dramática, la fibra del coraje nativo. Un indio a quien, aludiendo a su lugar de origen, conocían todos con el nombre de Federico "El Poronguero" integraba contra su costumbre la rueda de monte del tartamudo.

Tradiciones del arrabal pueblerino señalaban a "El Poronguero" como hombre fácil a la pendencia y bravo. Perseguido en esa oportunidad por una invariable mala suerte, había ya dejado escapar algunas expresiones duras que no aludían concretamente a nadie pero revelaban la agitación de su ánimo. Cuando se agotaron sus recursos, dispuesto a irse se puso en pie lentamente e iracundo, lanzó de pronto una frase despectiva para los que habían ganado su dinero.

Rápidamente y ya con el cuchillo en la mano estuvo frente a él el tartamudo, fulgurantes los ojillos y el rostro descompuesto por incontenible arrebato.

—¡Trompeta!... — dijo en su media lengua angustiosa — ¡Te viá caminá po'el cuerpo, como la sarna!...

"El Poronguero" palideció. En aquellos instantes supremos, algo de muy adentro, fulminante, instintivo, mató en él toda reacción, lo dejó sin fuerzas ni palabras. Misterioso aflojamiento, desajuste trágico de sus nervios tan visible, que el guardia civil no llegó a herir. Violentamente sacudido por la mano izquierda del tartamudo que había cogido sus ropas como una zarpa, el provocador se retiró humillado y silencioso.

La tertulia quedó muda algunos segundos. Pareció extrangulársele la voz por la emoción de aquel prestigio de guapo pulverizado, deshecho.

¡Todos sabían que era valiente "El Poronguero"!...

Un negro, iluminada su cara por ancha sonrisa humilde, fué el primero en hablar:

—"El Poronguero" no carculó la tripa que se l'iba a dar vuelta, ¿eh, don Marcelino?...

Pero al tartamudo no le interesaban los comentarios. A su pedido se reinició el juego de inmediato y el asunto, al parecer olvidado, no provocó esa noche más expresiones que las escasas del primer momento.

Nadie le conoció otro incid teeennnv

Nadie le conoció otro incidente en las timbas al guardia civil. Pacífico, conciliador, su presencia era acogida con agrado en aquellos ambientes crapulosos. Además, los tímidos sentían a su lado como un aura de seguridad. No eran fáciles junto a él las provocaciones. Se corría siempre el riesgo de afrontar su intervención y eso obraba como un sedante en el sistema nervioso de los más irritables.

*

La noche en que lograba hacer un **copo** considerábala digna de recordación, aún cuando perdiese.

Con ínfima suma iniciaba su apunte. Si lo ganado era suficiente en cualquier momento para cubrir la banca, se oía de pronto la gruesa voz del tartamudo dejando caer, en medio al silencio expectante de los jugadores, la palabra sacramental:

¡—Cooopo!...

El acto de copar se le antojaba actitud fuerte, gesto casi heroico. Se crecía con la resonancia del vocablo por él pronunciado y adoptaba apostura viril. Jugaba en ese momento su dinero con la misma gravedad con que jugaba la vida... Si la suerte le era adversa, sorbía lentamente la última cañita y se encaminaba a su rancho.

Iba contento.

Al día siguiente explicaría a sus compañeros las incidencias de la noche. Quien tallaba, que juego siguió hasta el **copo** y cómo había perdido. Y ya en su casa, mientras llegaba el sueño, entreveía fantásticas visiones. Suya era la banca. La mesa un torbellino de fichas de todas formas y tamaños. Densa concurrencia adinerada formalizaba formidables apuestas. Desaparecían en manos de los jugadores gruesas sumas de su dinero, volvía a recuperarlo y en las alternativas bruscas del juego, perdiendo o ganando, era él, frente a los que le rodeaban, la figura del hombre frío, imperturbable ante el soplo hostil del azar... Le conocían, le admiraban... Estaban a su alcance las mujeres bellas, las bebidas con nombres exóticos... Podía satisfacer hasta el hartazgo todos los contenidos instintos de aquella vida suya de privaciones y miserias...

*

Cierto día llegó para el tartamudo portador de una emoción indescriptible: era propietario de diez mil pesos. Un sorteo de la lotería nacional adjudicaba ese premio a un billete de su propiedad.

Cuando constató la autenticidad del beneficio obtenido, su corazón saltaba alocadamente. Sentía una angustia asfixiante, una inquietud nerviosa que le llevó a moverse todo el día sin objeto, a demostrar a cada uno de sus conocidos la satisfacción intensa que embargaba su espíritu.

Tenía un solo deseo, fuerte como una obsesión: el de comprar un anillo con brillante. Pensando en él se miraba las manos de hito en hito... Presumía la forma de la joya... El anillo que él había visto hace años en manos de un tallador famoso, no le gustaba. Tendría que ser otro... Especialmente, él quería uno más grande... La obsesora alhaja bailó toda esa tarde ante sus ojos... Sin embargo no. No compraría nada, por ahora. Era mucho gasto. Más tarde, cuando estuviera con el dinero de regreso en su pueblo, ordenaría sus propósitos. Allí, en el campo natural de sus actividades, habría tiempo para pensar... Lo que resultaba indispensable era un cinto. ¿De qué? Acaso de **capincho**. Pero bien ancho...

*

A las ocho de la noche descendió del ferrocarril en San José. Un automóvil lo condujo al mejor hotel. Y comió. Comió mucho. Tanto que para llegar a un café situado a doscientos metros de allí debió detenerse dos veces. No podía caminar. Estaba mareado. Además, sentía dolores...

En el bar, la figura popular del tartamudo Pérez, a quien todos sabían favorecido por la lotería, despertó un minuto de curiosidad.

El mozo se aproximó, sonriente:

—¿Qué toma, Pérez, te o café?...

El tartamudo meditó un segundo. Aquellas bebidas no eran dignas de un hombre de sus recursos. Y mirando seriamente al mozo, contestó:

—Que teee niii café!... Chocoolate!....

Sorbió el líquido y encendió un cigarrillo. Un momento después se inclinó en la silla. Su rostro tomó un subido tinte morado. El ruido de su cuerpo al caer sobre las tablas del piso atrajo a los parroquianos más próximos... Mientras llegaba el médico alguien ensayó en vano la respiración artificial. Minutos más tarde el doctor abrió herida en un brazo. Apareció en ella una pequeña mancha de sangre ennegrecida...

*

A media noche, en el velorio, varios hombres tomaban mate en rueda. Uno de ellos dijo:

—En el mundo no hay más que dos layas de gente: los pobres y los ricos. Pero el pobre será pobre siempre... Cuando medio se quiera acomodar le va a pasar algo, así na como al finadito Pérez... Yo la única vez en mi vida que iba a cobrar un copo de doscientos pesos, dentró el comisario, rompió el juego y se llevó la plata...

Luis Mario ALLES.



LECCION DE BELLEZA



La belleza de un rostro no se obtiene con cosméticos; éstos cubren los defectos momentáneamente. Un suave masaje de un minuto con glicerina de almendro aportará al cutis los elementos nutritivos necesarios. Hágalo con devoción todos los días; pasará el tiempo y sus inclemencias y su piel se mantendrá joven y fresca.

EL CRISTO DE LORELEY

FINAL DE UNA FABULA EN MARCHA



Piedra de "El Cristo" de Loreley.

LA estación balnearia de Punta del Este, proclamada una de las más bellas del mundo por alguien que ha viajado mucho, iba en camino de añadir a todo su conjunto de bellezas físicas naturales, el atractivo espiritual y extrahumano del Cristo de Loreley.

Loreley es el nombre de una hermosa residencia de campo bautizada así en honor de la engañosa ondina del Rhin, por su entonces propietario el Dr. Maximiliano Seijo.

El Cristo es una imagen del iluminado predicador de Galilea, cuyo rasgos, en pintura un poco esfumada por la intemperie y los años, aparecen en una gran piedra lisa existente en el predio.

Como esta piedra de Loreley sirvió de tema de estudio en un artículo de la revista de la "Sociedad Amigos de la Arqueología", a investigador tan sagaz y pruden-



Vista de "El peñasco".

...mo el señor Carlos Seijo, distinguido ...mbro y creemos que ex presidente de la meritoria asociación, y como en tal estudio no se mencionara justamente para nada la aludida imagen de Cristo que nos había interesado en seguida de llegar a estas deliciosas playas, por eso motivo volvemos a decir nos pareció de máximo interés, interrogar acerca de la misteriosa imagen pintada al propio autor del trabajo de la revista de Arqueología.

Nadie, por este motivo, y por ser de la familia del dueño de Loreley, estaba más capacitado para darnos una explicación más satisfactoria que las explicaciones y noticias ambiguas y contradictorias — como lanzadas de propósito — que teníamos adquiridas en Punta del Este y mismo entre los vecinos más próximos a la casa del Peñón.

Sabiendo que Don Carlos Seijo se hallaba en la localidad, fuímos a procurarlo y vis a vis con el autor de "Carolinos ilustres, patriotas y beneméritos", el diálogo rodó más o menos en la forma siguiente:

—...Según parece, nos dijo Don Carlos, la pintura, estando a las suposiciones es muy antigua...

—Su respuesta — argüimos — no nos satisface pues uno de los más viejos vecinos a quien interrogamos al respecto nos dijo que antes y no hace mucho tiempo, la piedra nunca había tenido nada. En tal supuesto usted que es de la comarca y tiene aficiones de arqueólogo, no habría podido ignorar detalle tan singular como una imagen del Cristo en la piedra de Loreley.

—En verdad, asintió Seijo, usted tiene razón. Pero mi propósito por mucho tiempo fué callar y he sido fiel al propósito hasta este mismo momento. Sin embargo, puesto en la disyuntiva en que usted me pone y habiendo desaparecido las causas de aquella especie de compromiso familiar, voy a hablarle francamente.

La figura por la cual usted se interesa no tiene historia ni tiene secreto ninguno ni al procedencia colonial que le atribuyen algunos. Esa imagen de Cristo la pinté yo!...

—No íbamos descaminados, entonces, al suponer que usted estuviera al tanto del asunto cuando se guardó de aludir siquiera a la pintura en su artículo en la revista de los Amigos de la Arqueología.

—¿Y cómo iba yo a hacer relato o mención de especie alguna en una publicación de tal índole no siendo con el fin premeditado de mistificar a los lectores insertando una fábula, con el agravante de ser yo mismo el autor de la figura?

—De acuerdo pleno. Ahora nos interesaría saber cómo se le ocurrió poner manos en tal pintura.

—Lo hice a pedido de mi hermano Maximiliano...

—Raro empeño el de éste — insistimos — tratándose de un hombre tan liberal que ni siquiera se casó religiosamente y fué el que estrenó, valga la palabra, la ley de divorcio...

Cierto, cierto — interrumpió con viveza nuestro reporteado.

Y luego de un silencio, continuó:

—Pero me parece que eso no tiene nada que ver con el origen del Cristo que es lo que usted dijo que deseaba le esclareciese...

—Efectivamente, convinimos.

—Oiga, entonces, la historia fidedigna y circunstanciada que voy a hacerle.

Creemos transcribirla con fidelidad próxima a una versión taquigráfica:

—La primitiva vivienda de Loreley —comenzó diciendo — hallábase ocupada por un matrimonio de antiguos y honrados servidores de nuestros padres, que al tener que retirarse de la casa, mi hermano por protegerlos les cedió todo aquel predio para que lo cultivasen. Como las ganancias eran pocas se pensó proporcionarles en cambio alguna otra, pero de diversa índole.

Es decir, encontrando un motivo como para que la citada piedra sirviera de atracción, tanto para los turistas de Punta del Este, como para los habitantes de Maldonado y San Carlos. De esa manera aquellos podrían tener algún beneficio pecuniario estableciendo un modesto paradero, donde proporcionarían merienda, bebidas y frutas.

Por lo tanto, se me solicitó que pintara algún tema religioso.

Esto naturalmente tratóse de llevarlo a cabo con el mayor secreto, como para poderle dar un aspecto de algo milagroso. No obstante, los vecinos y el personal del servicio del Peñasco y Loreley bien pronto se dieron cuenta de que no era tal.

—¿Y dió el resultado financiero deseado?

—No. Ninguno. Durante muchos años raro era el visitante que se allegaba por allí, y además la piedra no les trajo suerte a aquellos buenos servidores de la familia. Uno murió y poco después le siguió el otro.

Dado el resultado negativo, lo peor fué que al seguirse ocultando el origen de la pintura — hecha por mí accediendo, vuelvo a repetir, a un pedido o capricho de mi hermano — y mantenido sin divulgar por consideraciones personales hacia el mismo, yo llegué a verme en figurillas alguna vez que se hablaba sobre el particular...

—¿Sería cuando vino aquello de las misas campales celebradas en honor del Cristo tal vez?

—Efectivamente. Las misas le fueron sugeridas al dueño de Loreley por terceras personas y él se dejó ir, como quien dice... En una de esas misas, justo en la primera, yo pasé momentos de verdadera violencia. Recuerdo que cuando en el panegírico se le dijo al público:

"No investigueis el secreto de esa imagen, dejadle en el misterio", lamenté lo que usted no se imagina no poder exclamar, a mi vez:

"Señoras y señores, aquí está el verdadero autor de ese Cristo".

—Es de suponer — continuamos nosotros — que lo de hacer misterio acerca del origen de esa imagen del Nazareno continúa todavía pues — acaso usted tuvo ocasión de leerlo — en una necrologia del doctor Seijo su hermano, recién fallecido, que publicó cierto diario de Montevideo cuya vinculación a la iglesia es notoria, refiriéndose a Loreley y a la imagen de Cristo califica a esta pintura de "obra maestra de un desconocido artífice".

—Sí, señor, fué la respuesta del estudioso arqueólogo — leí el suelto a que usted alude.

Su lectura, añadió, casi podría decirle, fué la que me decidió a hablar no bien la oportunidad se presentase... y se presentó ahora en forma de periodista curioso. Desligado ya de un compromiso hijo de natural consideración al hermano que solicitó mis pinceles para satisfacer un capricho o un deseo, lo que correspondía era sincerarme de un silencio, muy explicable hasta hace poco, pero que me podía crear una falsa situación con el tiempo.

Y luego, hablando antes que el arqueólogo el dedicado pintor que don Carlos Seijo lleva en el fondo del alma, añadió con su suave y escasa voz:

—La figura pintada hace 15 ó 16 años no se conserva bien. Después de las lluvias fuertes la sustancia rojiza, ferruginosa, que destila por las grietas de la piedra, ha hecho alterar y desvanecer los colores y no tardarán en esfumarse...

—Y eso — subrayando con una leve sonrisa — a pesar de haber utilizado legítima pintura esmalte Ripolín...

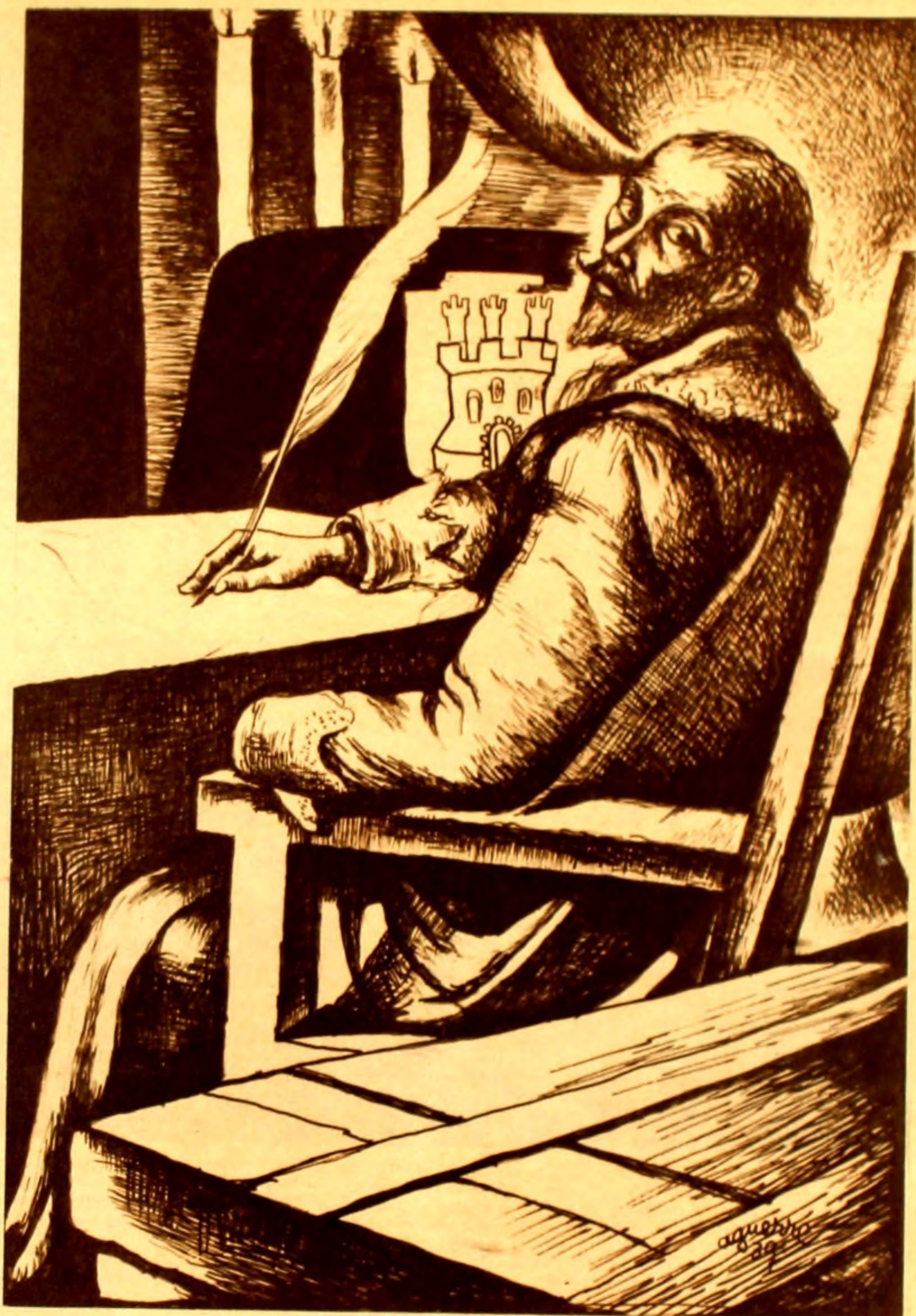
Roberto MAGALLANES.

Punta del Este, Enero de 1939.



Loreley. Vista antigua.

COMO NACIO EL MAS FAMOSO DE LOS SONETOS DE · CERVANTES



Dibujo de AGUERRE.

LOPE DE VEGA, pese a su genio, no comprendió ni estimó nunca a Cervantes. Lo persiguió primero con su desdén y luego con su mal disimulada envidia.

Lope era el ídolo de sus contemporáneos y no toleraba a nadie que pretendiera igualarlo.

Fruto de esa permanente animosidad es la severísima opinión — ¡tan citada! — del "monstruo": No hay en la corte ningún poeta "tan malo como Cervantes, ni tan necio que alabe a **Don Quixote**".

Lo mismo que Lope (acaso era hechura suya) pensaba aquel ignorado personaje que le dijo a un librero de Madrid (según se lee en el "Prólogo al Lector" de los **Entremeses**) que de los versos de Cervantes nada se podía esperar.

Apoyándose en esos juicios del siglo XVII, y en otros posteriores, hay todavía numerosas gentes de letras que niegan todo valor a la poesía del ilustre manco y hasta sostienen que éste les da la razón al decir, en el capítulo primero del "Viaje del Parnaso":

Yo que siempre trabajo
(y me desvelo
por parecer que tengo
(de poeta
la gracia, que no quiso
(darme el cielo.

Pero olvidan que en muchas de sus obras, y principalmente en la citada, Cervantes desmiente lo dicho en ese terceto que le inspiró la modestia o acaso una sutil ironía que no hemos comprendido aún.

En el capítulo cuarto del "Viaje del Parnaso" se puede ver todo lo que confiaba el autor en el valor de su obra poética.

¿Han leído los versos de Cervantes todos los que manifiestan estar de acuerdo con la opinión de Lope respecto a ellos?

Y si los han leído, ¿es posible que no hayan encontrado nada que admirar en la "Comedia del Cerco de Numancia", en las partes versificadas de "La Galatea", en el "Viaje del Parnaso", en la "Epístola a Mateo Vázquez", en el romance "Los Celos" y en tantas otras producciones poéticas que pueden figurar con honra en el parnaso español?

Es indudable que el genio de Cervantes se volcó en la prosa. Pero no hemos de desconocer por eso el mérito de sus versos.

Algún día se le hará plena justicia en este sentido. Ya se la han hecho varios.

Y expresado esto que no podíamos retener por más tiempo en la conciencia, digamos cómo nació el soneto titulado "Al túmulo de Felipe II", que Cervantes tuvo "por honra principal de sus escritos".

De sus escritos en verso, sin duda.

*
* *

Corría el año 1598. Cervantes vivía por segunda vez en Sevilla. Estaba casi sin ropas. Sin dinero. Sin ocupación conocida.

Es probable que ya hubiera escrito la primera parte del "Quijote", que no pudo publicar hasta enero de 1605.

Tenía amigos que alababan su ingenio, pero eran pocos y casi sin influencia.

Pasados los cincuenta años, el grande hombre no había logrado aún figurar entre los "escritores distinguidos", ni tocar la sensibilidad de ninguno de los Mecenas de la época.

Con sangre parecen escritas estas palabras que leemos en su libro inmortal: "Alcanzar alguno a ser eminente en las letras, le cuesta tiempo, vigilias, hambre, desnudez, vaguidos de cabeza, indigestiones de estómago y otras cosas a éstas adherentes".

¡Pobre Cervantes! Tal vez recordaba en su miseria la embriaguez gloriosa de la mañana de Lepanto y los tiempos de epopeya que dieron héroes como don Juan de Austria, don Alvaro de Bazán, don Juan Andrea Doria...

¡Qué cambios había experimentado España en menos de treinta años!

A los grandes capitanes habían sucedido fantoches como aquel duque de Medina-Sidonia que llevó a Cádiz un tardío socorro en 1596.

Por todas partes, la adulación, el miedo, la hipocresía y el interés triunfantes.

¿Quién pensaba ya en los héroes de 1571 ni en las honrosas heridas que mostraban?

Profundo conocedor de las imperfecciones humanas, Cervantes no se entristecía ni se agriaba. Los años de cautiverio le habían hecho duro para los golpes de la desgracia.

Pobre, casi anónimo, cerca de los umbrales de la vejez, encontraba en sí mismo fuerzas que le permitían reír de la farsa que se desarrollaba en torno suyo.

El 13 de setiembre de 1598 murió Felipe II "gotoso, llagado, agusanado y podrido", según expresa don Francisco Navarro y Ledesma en su magnífico libro "El Ingenioso Hidalgo Miguel de Cervantes Saavedra".

Sevilla resolvió alzar un túmulo nunca visto para hacer los funerales del rey en cuyos dominios jamás se ponía el sol. Trabajaron en la obra los mejores artistas de la Bética.

Se iniciaron los funerales el 24 de noviembre; pero al día siguiente, por asuntos de etiqueta, se pelearon los quisquillosos señores de la Audiencia con los no menos quisquillosos señores de la Inquisición. Se suspendieron las ceremonias. Reían los sevillanos. El túmulo quedó levantado y los funerales pudieron por fin terminarse el 30 de diciembre.

Un día antes, el 29 de diciembre, entró Cervantes en la iglesia y al ver los febriles preparativos que se hacían y observar una vez más el monumento, dió rienda suelta al buen humor que las amarguras de la vida no pudieron robarle:

Voto a Dios que me espanta esta grandeza
y que diera un doblón por describilla;
porque, ¿a quién no sorprende y maravilla
esta máquina insigne, esta riqueza?
Por Jesucristo vivo, cada pieza
vale más de un millón, y que es mancilla
que esto no dure un siglo, ¡oh gran
(Sevilla!,
Roma triunfante en ánimo y nobleza.
Apostaré en el ánima del muerto
por gozar este sitio hoy ha dejado
la gloria donde vive eternamente.
Esto oyó un valentón, y dijo: —Es cierto
cuanto dice voacé, señor soldado.
Y el que dijere lo contrario, miente.
Y luego in continente
caló el chapeo, requirió la espada,
miró al soslayo, fuese, y no hubo nada.

Nada del gran espíritu que conocemos falta en ese notable soneto con estrambote, verdadera obra maestra: gracia, honda intención, ridículo de los contrastes, fluidez y maestría del lenguaje, visión profundamente realista de los hombres y de las cosas.

Así nació el más famoso de los sonetos de Cervantes.

Manuel BENAVENTE.

SOCIALES



Sta. NIRA B. PEREZ



Sta. AMALIA ESTHER MARESCA



ANGEL ARIEL MAROTE GARCIA



Sra. ERMINDA SEGAFIENO de LOPEZ



MYRIAM RAQUEL DURAN BARBONI

EL EXITO DE LAS RUBIAS

Hoy en día las rubias son las mujeres de gran éxito en la vida mundana. Las personas observadoras que han frecuentado los grandes centros sociales de Norte América, Europa y especialmente París nos confirman nuestra opinión.

La mujer francesa es en general trigueña como la uruguaya y sin embargo se observa un elevado porcentaje de mujeres con cabellos rubios. En nuestra sociedad esta moda se ha generalizado gracias a la facilidad con que se decolora el cabello. El método francés que es el que se usa aquí consiste en aplicarse durante 3 días la manzanilla "verum" que se encuentra preparada en todas las farmacias y de este modo el pelo toma uniformemente un color rubio dorado encantador. La manzanilla verum es económica y se emplea en casa como una simple loción.



LA MARSELLESA, de Gustavo Doré. La figura central es una verdadera encarnación de la Libertad, — clara y luminosa entre el tono sombrío del pueblo estremecido de ira reivindicadora — Gustavo Doré, francés, nació en Straburgo el año 1833.



LA SEÑOR
Croizette f
teatro real
decía un c
muerte tár
creto quim
verde". La
"Verdad" s
seo de Lux
Duran a c
francés, y

ARTE DEL SIGLO XIX



ULTIMOS MOMENTOS DE MAXIMILIANO, de Laurens. Es la escena de la madrugada del 19 de junio de 1867, en Querétaro, tres años después de su corona-



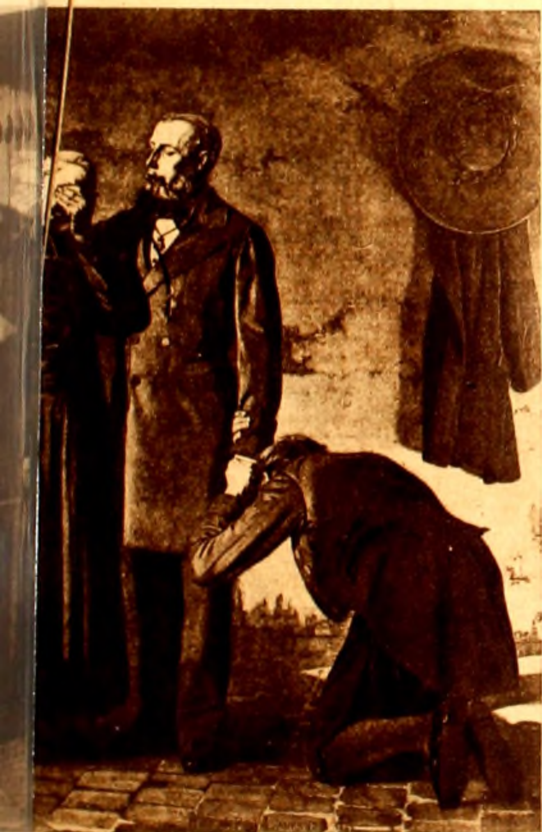
EMBARQUE DE MANON LESCAUT, cuadro de Carlos E. Delort. Representa el momento en que Manon embarco en el puerto del Havre, para ser transportada a las colonias de América, uniéndosele en el puerto el devoto caballero Des Grieux, asunto harto conocido y divulgado de la novela de Prevost. Carlos E. Delort es francés, nacido en Nimes, allá por el año 1840



...OIZETTE, de Carlos Duran. Esta señorita ...z teatral, no exenta de buena fama, en el ... la época. Como expresión de sus facultades ...e antaño, que Sofía Croizette "simulaba la ...ablemente (en "La Esfinge") que por un se-...ba a cambiar su color natural por un pálido ...a Croizette, que sirvió de modelo para la ... desnudez por la que se le admira en el Mu-...o, (cuadro de Lefevbre), fué retratada por ...n la orilla del mar. Carlos Duran es artista ...adro figura en el salón de los actores en el Teatro Francés, de París.



PERITO, cuadro de Antonio Casanova. Este perito en materia de viandas y bebidas, que le agradan estos goces mundanos y disfruta de ellos, este Baco fraileño, es obra del pintor español Antonio Casanova, nacido en Tortosa.



...uando el emperador Fernando Ma-...ino fué fusilado. Juan P. Laurens, ...s, fué uno de los más conceptuados artistas del siglo.



... de Meissonnier. El cuadro de Meissonnier no tiene lugar ...n la historia. La idea del artista fué representar a Napo-... oprimido de cuidados, cuando su estrella empezó a decli-... Cabalga a la cabeza de sus mariscales Ney, Mac Donald y ... Meissonnier nació en Francia en 1815, y se le ha con-...ado como uno de los grandes pintores del siglo diez y nueve.



En la estación "Manga". La comitiva oficial presidida por el entonces Presidente de la República, Dr. Feliciano Viera, se detiene para recibir al Sr. José Batlle y Ordoñez que saluda al Mariscal Botafogo, Alto Comisario de Límites con el Brasil y al Ingeniero Lauro Muller, Ministro de Relaciones Exteriores del Brasil que asiste en representación de su patria a la inauguración del Marco de Aceguá y Monumento a Río Branco. De izquierda a derecha: Dr. Cyro de Acevedo, Ministro del Brasil, Ing. Lauro Muller, Dr. Feliciano Viera, Mariscal Botafogo. Dr. Eduardo Acevedo Díaz. Don José Batlle y Ordoñez. D. Virgilio Sampognaro, en la primera línea.



Marco de Aceguá y del monume al barón de Río Branco.

MARCOS FRONTERIZO

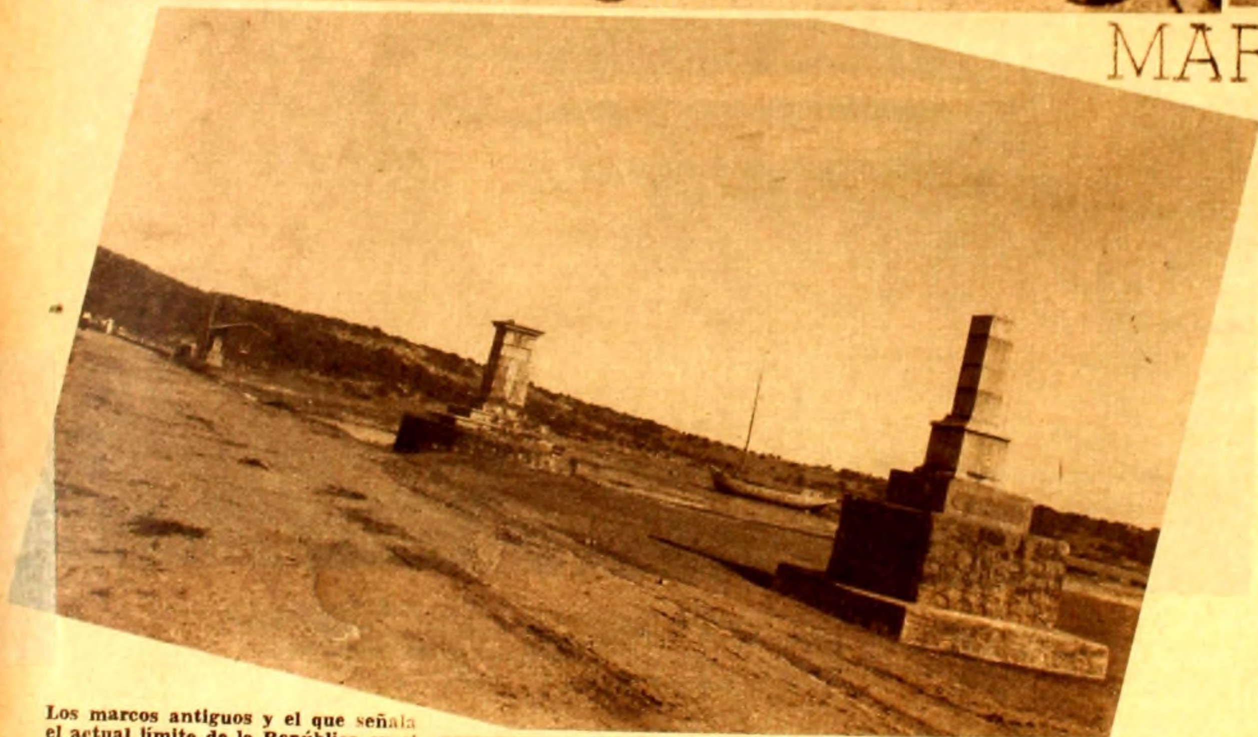
EN 1936, el capitán de navío José Aguiar, uno de los estudiosos y bien conceptuados jefes de la Arm Nacional, publicó bajo el título "Nuestra Frontera con Brasil", un interesante trabajo original, donde con prue a la vista, llamaba la atención sobre algunos errores información vulgarizados, respecto a la frontera terres

El referido estudio fué motivo de controversias y servaciones, dentro y fuera del país, probando así no el valor intrínseco que lo informaba, sino la prestan del nombre en que iba respaldado.

Con tal motivo, un año después, el Capitán Aguiar, una segunda parte titulada "Aclaraciones y comentari amplió sus noticias y reforzó sus argumentos, anunciar desde entonces la aparición de dos nuevos estudios nes, 3ª y 4, parte, cuyos títulos debían ser, respecti mente: "La Descripción" y "La Laguna Merim".

De la tercera parte, pronta para entrar en prensa, mos tenido varias notas gráficas, las cuales compleme tadas por otras tomadas por nuestros cronistas gráfic configuran una bella documentación sobre los variad marcos que se escalonan en la línea divisoria territori unos signos vigentes (vivos, si se permitiera la palab todavía, y otros restos históricos, nada más, de la puja s cular entre las dos monarquías peninsulares empeñad por traer más acá o llevar más allá el extremo límite sus insaciables ambiciones o de sus pretendidos derecho

Obran entre la documentación que insertamos fotogr fías debidas a la gentileza del ingeniero brasileño Ferna do da Silva, probado amigo de nuestro país, que tambi ha hecho recomendables ensayos acerca de las cuesti nes limítrofes.



Los marcos antiguos y el que señala el actual límite de la República en el arroyo San Miguel, cercano a la fortaleza de ese nombre.



Marco en el Cerro del Marco, en Rivera, que señala el límite con la ciudad brasileña de Santa Ana. (Nota facilitada por el agrimensor Facundo Machado, que aparece en el centro).

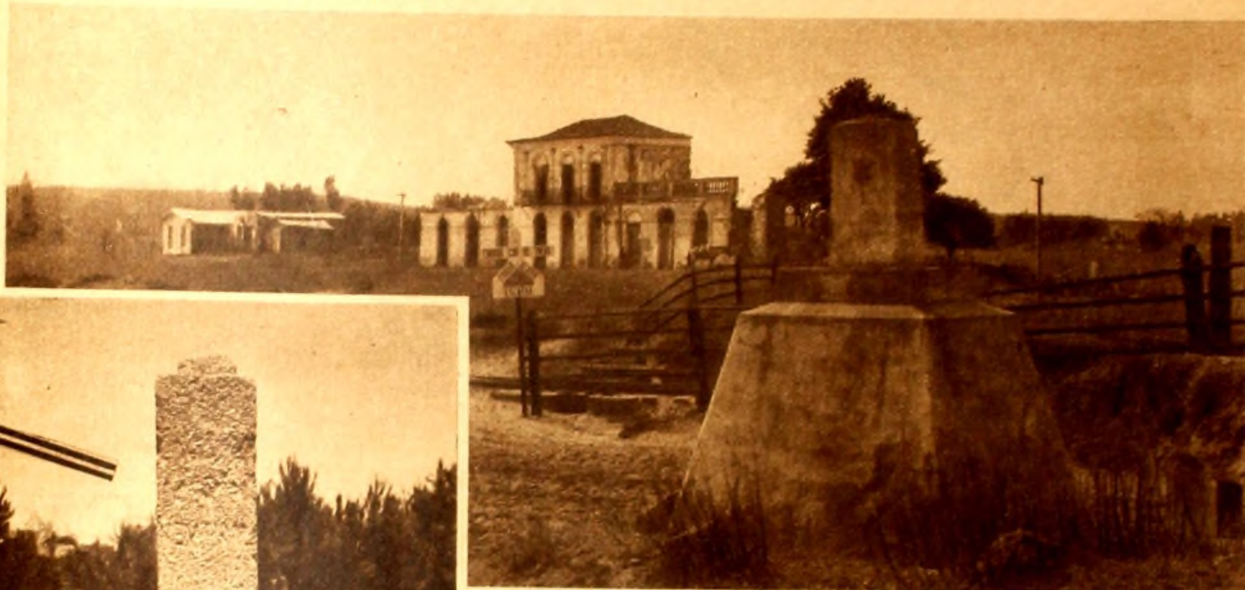


El marco brasileño colocado en 1901 por la Comisión de Límites Argentino Brasileña como punto inicial de la demarcación condómina argentino - brasileña sobre el Río Uruguay. Señala la boca del Cuareim.



Marco que limita la Republica con la ciudad brasileña del Chuy.

Límite del Brasil con la República, en Rivera.





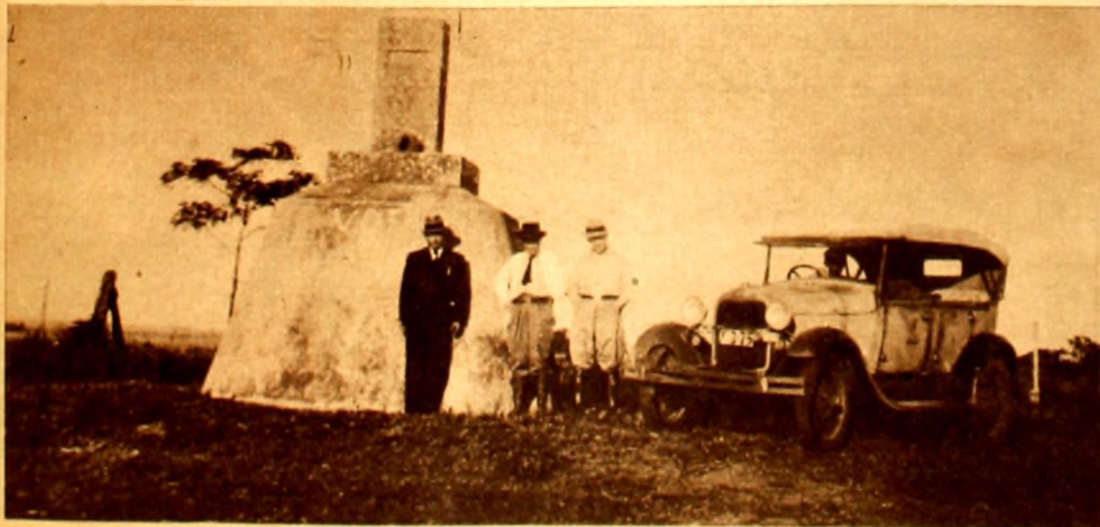
Documentación sobre el Marco de Tahim", que en 1777 fué colocado en el "Capao do Tigre", como límite esteño de la zona neutral que debía existir desde aquel arroyo hasta el del Chuy. Ese Marco, retirado de su ubicación en 1937, fué colocado como recuerdo histórico de alto valor en un sitio de preferencia de la Ciudad de Río Grande del Sur, en los actos conmemorativos — celebrados en aquella ciudad en la fecha citada, — del segundo centenario de la fundación del Presidio de "Jesús, María y José", por el Brigadier José da Silva Paes en 1737. En el lugar de su ubicación se colocó una reproducción fac-similar. Esta documentación fué facilitada por el Ing. Fernando D. da Silva.



Marco colocado en cumplimiento del Tratado de San Ildefonso, al Sur de la desembocadura del río San Luis el 31 de marzo de 1874. Señaló en ese lugar el extremo Oeste de la línea de demarcación entre el dominio español y el territorio neutral creado por dicho tratado. Instituto Geográfico Militar MCMXXXVI. Está colocado actualmente en el Parque José Batlle y Ordoñez.



Primer puesto policial uruguayo, inmediato a Aceguá.



Marco de Masoller, situado en las confluencias de las cuchillas de Santa Rosa y Negra, o de Haedo. Tomó el nombre de un comerciante establecido en sus proximidades.

TEATRO DE VERANO

Notas del espectáculo coreográfico "Pulcinella", de Strawinsky, y "El sombrero de tres picos', de Manuel Falla, realizado en el Teatro de Verano instalado en el Parque Rivera .— Apuntes de Vernazza.

C I N E

LOS ESTRENOS DEL CINE METRO

CINE METRO que ha repuesto con éxito en su cartel el episodio de la "Familia Hardy" titulada "Andy Hardy se enamora", anuncia para el martes el estreno de "La voz irresistible", un bello film dramático con Lionel Brrymore, Maureen O'Sullivan y Eric Linden, bajo la dirección de Richard Thorpe.







Tarzan

por EDGAR RICE BURROUGHS

"BATALLA"





















PARA CONSERVAR LA SILUETA JUVENIL



EJERCICIO Nº 4

Eleve los talones flexionando las rodill... hacia abajo.

Eleve talones, doble rodillas, al inclinarse levante los brazos hasta la altura de los hombros. Descanse.

Recuerde que el ejercicio diario fortalece los músculos y ayuda a conservar una línea esbelta.

Párese rectamente con los brazos a lo largo del cuerpo. Eleve los talones al tiempo que inclina las rodillas casi hasta el suelo. Mientras ejecuta esto, lleve los brazos hacia arriba hasta el nivel de los hombros. Vuelva a su posición lentamente, ba...ndo los brazos. Al hacer este ejercicio, mantenga el tronco recto y las piernas abiertas.

Este ejercicio completa los anteriores, no ... de hacerlo todas las mañanas.

(Véas el número 315)

EJERCICIO Nº 5

Descanse alternativamente sobre un pie y levante el otro como marcando paso.

Levante el brazo izquierdo hacia arriba, acompaña este movimiento con ...de la pierna izquierda. Repita el ejercicio con el brazo y la pierna derechos ...idando de no inclinarse para atrás manteniendo siempre el tronco recto.

Muchos de los desarreglos físicos que experimentamos, son debidos al ...andono y al descuido de nuestro cuerpo.

Partiendo de la posición recta, eleve lentamente el brazo izquierdo hacia ...ribo, hasta colocarlo en posición vertical, como indica el grabado. Al mismo ...mpo levante la pierna izquierda, tiesa y lo más alto que pueda, sin perder ...equilibrio. Vuelva a su posición normal. Repita el ejercicio con la otra pier... Haga esto ocho veces. Cuide de conservar el tronco recto, sin inclinarse ...cia atrás al realizar el ejercicio.





POR JOSEPHINE LOWMAN

